

🌸🌸🌸🌸🌸🌸 4月よていこんだてひょう(こども園) 🌸🌸🌸🌸🌸🌸

令和6年

東庄町教育委員会教育課給食係(学校給食センター)

日	ようび	こんだてめい			おもなざいりょうとはたらき						えいようか		
					からだをつくるものになる		からだのちょうしをとのえる		ねつやちからのものになる				
		しゅじょく	牛乳	おかず	にく さかな たまご まめ だいずせいひん かいそう こさかな	にゅう にゅうせいひん かいそう こさかな	りよくおうしよく やさい	そのほかのやさい くだもの きのこ	こめ パン めん さとう いもるい	ゆし しゅじつ	エネルギー (kcal)	たんぱくしつ (g)	えんぶん (g)
11	木	ごはん	○	いりたまご やさしいりぶたそぼろ なめこじる やきプリンタルト	あぶらあげ ぶたにく みそ とうふ たまご	ぎゅうにゅう にんじん ほうれんそう	なめこ ながねぎ	こめ さとう タルト		610	24.5	1.7	
12	金	バターロール	○	ほうれんそうグラタン たまごスープ おいおいゼリー スパゲッティナポリタン	ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう わかめ ほうれんそう にんじん	ピーマン たまねぎ マッシュルーム	パン ゼリー スパゲッティ かたくりこ	あぶら	483	20.4	2.2	
15	月	ごはん	○	チーズかまぼこ ハヤシライス かいそうサラダ	かまぼこ ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ かいそう	にんじん たまねぎ にんにく りんご マッシュルーム キャベツ きゅうり	こめ バター ドレッシング ハヤシルウ		572	25.9	2.9	
16	火	ごはん	○	いかフライ(ソース) かぶとぶたにくのあまからいため すましじる	いか とうふ ぶたにく なると	ぎゅうにゅう わかめ	かぶのは にんじん	かぶ ながねぎ こめ さとう	あぶら ごまあぶら	550	24.6	2.3	
17	水	コーンピラフ	○	ハンバーグアップルソース クリームポタージュ カットパイ	ベーコン ハンバーグ とりにく	ぎゅうにゅう にんじん パセリ	コーン りんご たまねぎ バイン マッシュルーム	こめ むぎ マカロニ さとう	バター あぶら ホワイトルウ	622	25.9	2.5	
18	木	ごはん	○	さけのしおやき マカロニサラダ とんじる ヤクルト	さけ みそ とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう にんじん	ごぼう きゅうり だいこん コーン ながねぎ	こめ さといも マカロニ こんにやく	マヨネーズ	569	25.5	1.8	
19	金	バターロール	● ヨー ヒー	ケチャップフランクソーセージ わかめスープ やきそば	フランクソーセージ ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう わかめ ピーマン	キャベツ ながねぎ たまねぎ	パン さとう コーヒ-ぎゅうにゅうのもと ちゅうかめん	あぶら	481	19.1	2.8	
22	月	ごはん (あじつけのり)	○	まつかぜやき あつあげのそぼろあんかけ しらたまじる	とりにく あつあげ ぶたにく なると	ぎゅうにゅう のり にんじん こまつな	ほうれんそう ながねぎ	こめ さとう もち	あぶら	572	24.5	2.0	
23	火	ごはん	○	あげぎょうざ(2こ) ぶたにくのブルコギふう ワンタンスープ	ぶたにく なると	ぎゅうにゅう パプリカ にら こまつな にんじん	ながねぎ にんにく もやし たまねぎ	こめ こむぎこ さとう	あぶら ごまあぶら	552	21.6	2.0	
24	水	ごはん	○	とうふハンバーグ にくじゃが みかんクレープ やさしいスープ	とうふハンバーグ ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ にんじん	たまねぎ いんげん キャベツ もやし	こめ じゃがいも さとう しらたき かたくりこ クレープ	あぶら	572	21.2	2.1	
25	木	ごはん (のりたまふりかけ)	○	さばのみそに きりぼしだいこんのもの けんちんじる	さば さつまあげ みそ とりにく あぶらあげ とうふ	ぎゅうにゅう にんじん	きりぼしだいこん しいたけ ながねぎ だいこん ごぼう	こめ さとう こんにやく さといも	ごまあぶら	580	22.9	2.5	
26	金	まるパン	○	やさしいコロッケ(ソース) ツナサラダ カレーポタージュ	ツナ とりにく	ぎゅうにゅう にんじん パセリ	キャベツ もやし きゅうり たまねぎ	パン じゃがいも マカロニ	あぶら ドレッシング	520	20.1	2.6	
30	火	ごはん	○	はるまき ちゅうかどんのぐ フルーツソーダゼリー	ぶたにく うずらたまご	ぎゅうにゅう にんじん	しょうが バイン キャベツ もも もやし たけのこ	こめ かたくりこ こむぎこ ゼリー	あぶら ごまあぶら	653	19.3	1.0	
※材料その他の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。										今月の平均値	574	22.8	2.2
※この献立表は主な使用材料を示したもので、食物アレルギー資料ではありません。										基準値	500	20.6	1.5

ご入学、ご進級、おめでとうございます！

東庄町学校給食センターでは、こじゅりんこども園・東庄小学校・東庄中学校の給食を作っています。
安全でおいしい給食を目指し、職員一同心をこめて一生懸命作ります。
よろしくお願いいたします。

